

اثر بخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد

گروه مشاوره و روانشناسی، مرکز مطالعات و تحقیقات اجتماعی ایران مهر، تهران، ایران
استاد گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران
دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

مهدی رستمی*
شکوه نوایی نژاد
ولی اله فرزاد

دریافت: ۹۹/۰۳/۲۳ | پذیرش: ۹۹/۰۶/۰۶ | ایمیل نویسنده مسئول: dr.me.rostami@iranmehr.ac.ir

فصلنامه علمی
خانواده درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷
<http://Aftj.ir>
دوره ۱ | شماره ۱ | صص ۵۳-۳۵
بهار ۱۳۹۹

نوع مقاله: پژوهشی

چکیده

هدف: هدف پژوهش تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد بود. روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی با گروه آزمایش و گروه گواه، طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه و جامعه آماری ۴۴ زوج نامزد مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره دانشگاه شهید بهشتی در سال ۱۳۹۷ بود. از این جامعه ۲۰ زوج نامزد به شیوه هدفمند انتخاب و به شکل تصادفی ۱۰ زوج در هر یک از دو گروه آزمایش و گواه گمارش شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه سنجش و ارزیابی الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج رستمی، نوایی نژاد و فرزاد (۱۳۹۸) و نیز برنامه آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مبتنی بر مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع (SYMBIS) پاروت و پاروت (۲۰۱۶) بود که در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای گروهی به گروه آزمایش ارائه و داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس مختلط تحلیل شد. یافته‌ها: نتایج حاکی از تأثیر آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر الگوهای ناکارآمد ارتباطی ($F=7/7, P=0/009$)، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه ($F=6/91, P=0/013$)، نظام ارزشی زوجها ($F=4/54, P=0/040$)، ذهنیت طرحواره‌ای ($F=4/49, P=0/040$) و اثرات مخرب خانواده اصلی ($F=10/62, P=0/003$) و پایداری این تأثیر در مرحله پیگیری بود. نتیجه‌گیری: از آنجا که آموزش مدل تحکیم ازدواج پس از شروع منجر به شناسایی الگوهای ارتباطی ناکارآمد و اصلاح این الگوها و افزایش مهارت‌های مدیریت رابطه می‌شود؛ بنابراین می‌توان از آن در جهت بهبود الگوها و کاهش آسیب‌های ازدواج استفاده نمود.

کلیدواژه‌ها: الگوها، آسیب‌ها، پیش از ازدواج، زوج‌ها، نامزد

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(رستمی، نوایی نژاد و فرزاد، ۱۳۹۹)

در فهرست منابع:

رستمی، مهدی، نوایی نژاد، شکوه، و فرزاد، ولی اله. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۱(۱): ۳۵-۵۳.

مقدمه

دوران نامزدی^۱، به عنوان دوره آمادگی برای ازدواج موجب نگاهی دقیق‌تر و صادقانه‌تر زوج‌ها به روابطشان با یکدیگر شده و این فرصت را به آن‌ها می‌دهد تا درباره نگرش‌ها، ترس‌ها و تردیدهایشان و مسائل اقتصادی و آنچه که هستند و می‌توانند باشند، اهداف و دلایل ازدواجشان بیشتر تفحص کنند و به نوعی به خودآگاهی دست یابند (ستوده و بهاری، ۱۳۹۵). قانون مدنی ماده ۱۰۳۵ تا ۱۰۴۰ نامزدی را یک عقد جایز می‌داند که هر یک از دو طرف می‌توانند آن را فسخ کرده و از ازدواج صرف نظر کنند (صفایی و امامی، ۱۳۹۶). بنابراین، نامزدی دورانی است برای شکل‌گیری یک زندگی جدید؛ از این رو، کیفیت ارتباط نامزدها در این دوران می‌تواند پیش‌بینی‌کننده کیفیت ارتباط آن‌ها در دوره‌های بعدی ازدواج باشد (اسدی شیشه‌گران، قمری کیوی و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۵). در دوران نامزدی و ماقبل ازدواج، زوج‌ها دارای شرایط و مسائل خاصی هستند که می‌توان به استرس و فشار ناشی از روابط بین زوج‌ها، تعارض با خانواده، استقلال و ایجاد مرز بین خود و همسر و خانواده همسر و یکی شدن با همسر، آرمان‌سازی یا بهتر جلوه دادن خود، کنترل و ایجاد تغییر در همسر، الگوهای ناکارآمد ارتباطی فردی و بین فردی اشاره کرد (رستمی، نوایی‌نژاد و فرزاد، ۱۳۹۸ الف).

اگرچه دوران نامزدی تجارب رشدی زیادی مثل مصاحبت و همراهی، تعاملات آزادانه‌تر و حمایت‌های عاطفی را برای زوج‌های جوان به وجود می‌آورد ولی اغلب زوج‌ها به خاطر شرایط این دوران در معرض تعارض و خشونت بیشتری قرار دارند (آسا و نکا، ۲۰۱۷؛ بروسکی و تامبلینگ، ۲۰۱۵؛ هلمس، سالیوان، کورونا و تیلو، ۲۰۱۳)؛ بروز هرگونه مشکل و آسیب دوره نامزدی به‌منزله عدم سلامت به‌خصوص در حیطه روان است، این مشکل‌ها به‌عنوان عامل پیش‌بینی‌شونده برای سست کردن بنیان خانواده از جمله نیل به سمت طلاق است (خادمی، ولی‌پور، مرادزاده خراسانی و نیشابوری، ۱۳۹۳؛ مرادی، ضیغمی، محمدی و ساریچلو، ۱۳۹۲). از این رو، یکی از شایع‌ترین و مخرب‌ترین عواملی که بر ازدواج تأثیرگذار است؛ الگوهای ارتباطی ناکارآمد، طرحواره‌ها، باورها، دیدگاه‌ها و انتظارات غیرواقعی و رؤیایی از ازدواج است (سگرین و نابی، ۲۰۰۲؛ نقل از پاشیپ، سید محرمی، محمدی و تاتاری، ۱۳۹۵؛ سیمثونه _ دیفرانسسکو، رودریگز و استیونز، ۲۰۱۵؛ موئتی، کولی _ کیکیتس و موکگولدی، ۲۰۱۷). الگوهای ارتباطی ناکارآمد، موجب می‌شود مسائل مهم زندگی مشترک، حل نشده باقی بمانند و منبع تعارض تکراری در بین زوج‌ها شود (شاه‌مرادی، اعتمادی، بهرامی، فاتحی‌زاده و احمدی، ۱۳۹۵)؛ بنابراین برقراری ارتباط صمیمی، انتقال احساسات، افکار و بیان نیازها راه حل مشکلات در روابط است (نوروزی، رضاخانی و وکیلی، ۱۳۹۸). از این رو، ناتوانی در مدیریت رابطه گاه به آشفتنگی می‌انجامد و برخوردهای آزاردهنده، تعارض و در نهایت ناخشنودی از رابطه جای خود

1 . engagement period

را به درک و تعامل، صمیمیت، آرامش و رضایت از رابطه دوتایی می‌دهد (افشارکهن و رضائیان، ۱۳۹۷؛ رستمی و قزل‌سفلو، ۱۳۹۸؛ اسمعیلی و دهدست، ۱۳۹۳).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که در برنامه‌های پیش از ازدواج شرکت می‌کنند، از رشد ارتباطی بهتر، تبادلات مخرب کمتر و حمایت بیشتری برخوردارند (بویس، وود و فورگوسن، ۲۰۱۶؛ رایلز، ۲۰۱۶؛ کیپر، ۲۰۱۵؛ وایز، ۲۰۱۴؛ مورارو و ترلیک، ۲۰۱۲)؛ یکی از برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج مدل «تحکیم ازدواج پیش از شروع»^۱ است که یک برنامه پیشگیرانه نسبتاً جدید است که به آماده‌سازی افراد برای ازدواج می‌پردازد؛ به‌گونه‌ای که بتوانند از قوانین ناگفته، نقش‌های ناهشیار، سبک‌های عشق‌ورزی و ارتباطی آگاهی یابند تا آزادی آنان برای پذیرش، رد یا تغییر قوانین ناشی از خانواده اصلی متزلزل کننده رابطه آینده آن‌ها، افزایش یابد (میراحمدی، فاتحی‌زاده، اعتمادی، جزایری و پسندیده، ۱۳۹۸). ماهیت این مدل بر اساس رویکرد سیستم خانواده، به‌ویژه نظریه سیستمی خانواده بوئن، ۱۹۷۸؛ و نظریه رفتاری شناختی شکل گرفته است؛ این مدل تلاش دارد تا با مفهوم تمایز خویشتن بوئن هماهنگ شود و زوج را در بافت سیستم خانوادگی گذار نسلی، به‌ویژه در نخستین جلسه‌های مشاوره بررسی کند (رستمی و همکاران، ۱۳۹۸ ج). در این مدل افراد از نقش‌ها و فرضیات پیش‌نوشته‌ای که تمایل به اجرای آن دارند، آگاهی می‌یابند تا بتوانند درباره چگونگی نوشتن یک نقش جدید، به گفتگو بپردازند و انتظارات واقع‌بینانه را برای ازدواج خود در نظر بگیرند (پاروت و پاروت، ۲۰۱۶). مرور پژوهش‌ها نشان داد اثربخشی مدل «تحکیم ازدواج پیش از شروع» بر کاهش طلاق و ایجاد رابطه زناشویی پایدار توأم با روابط رضایت‌بخش، داشتن زندگی شاد، کاهش تعارض و اصلاح باورهای ارتباطی در زوج‌ها بوده است (وایل، ۲۰۱۲؛ جعفرزاده، ۱۳۹۴؛ رستمی و قزل‌سفلو، ۱۳۹۷ و رستمی و همکاران، ۱۳۹۸ ج)؛ بنابراین مداخله در دوران نامزدی و کاهش مشکلات ناشی از این دوران و تشخیص و حل به‌موقع اختلاف‌ها و همچنین افزایش لحظات شاد و شیرین برای دوام این رابطه در این دوران ضروری به نظر می‌رسد و فقدان آموزش کافی در مورد مسائل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوج‌ها، ملاک‌ها و باورهای نادرست اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، ارتباط ضعیف، ترس از عدم موفقیت در ازدواج از شایع‌ترین عوامل و آسیب‌هایی هستند که ممکن است زندگی زوج‌ها را دچار مشکل عدیده‌ای کند (رستمی و قزل‌سفلو، ۱۳۹۷). از این رو، با توجه به اهمیت دوران نامزدی در بین جوانان در آستانه ازدواج و خلاء پژوهش‌های ویژه دوران نامزدی و تغییر نگرش‌ها و سبک زندگی از سنتی به صنعتی، شاهد چالش‌ها و تعارض‌هایی در زوج‌های جوان در آستانه ازدواج هستیم؛ لذا با توجه به ملاحظات نظری بالا این پژوهش قصد دارد به مطالعه اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مبتنی بر مدل «تحکیم ازدواج پیش از شروع» بر الگوها و آسیب‌های دوران نامزدی در زوج‌های نامزد فرضیه‌های زیر را آزمون کند:

۱. آموزش الگوی مهارت‌های پیش از ازدواج مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع بر کاهش الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، ذهنیت طحوراره‌ای و اثرات مخرب خانواده اصلی در زوج‌های نامزد مؤثر است و این تأثیر در مرحله پیگیری پایدار می‌ماند.

۲. آموزش الگوی مهارت‌های پیش از ازدواج مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع بر بهبود نظام ارزشی در زوج‌های نامزد مؤثر است و این تأثیر در مرحله پیگیری پایدار می‌ماند.

روش

روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری سه ماهه و جامعه پژوهش در این مرحله کلیه زوج‌های در دوران نامزدی مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره دانشگاه شهید بهشتی بودند که برای نمونه‌گیری اطلاعاتی در مرکز جهت مشارکت در آموزش نصب شد. تعداد ۴۸ زوج برای شرکت در این دوره‌ها اعلام آمادگی کردند. از این بین تعداد ۲۰ زوج که دارای بیشترین اختلاف نظر و مشکل با توجه به تحلیل پرسشنامه سنجش و ارزیابی الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج (رستمی و همکاران، ۱۳۹۷ ب) بودند؛ به‌صورت هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه هر گروه ۱۰ زوج جایگزین شدند. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بود از مدت زمان نامزدی حداقل ۶ ماه و حداکثر یک سال و داشتن تمایل به شرکت در کلاس‌های آموزشی و معیارهای خروج از پژوهش عبارت بود از اختلال‌های روان‌شناختی حاد طبق نظر روان‌پزشک و روانشناس مرکز مشاوره دانشگاه، مصرف دارو و سوءمصرف مواد و غیبت بیش از دو جلسه بود.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه ارزیابی و سنجش الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج^۱. این پرسشنامه ۷۹ گویه‌ای توسط رستمی، نوایی نژاد و فرزاد (۱۳۹۸ ب) در مقیاس پنج ارزشی لیکرت = ۱ کاملاً مخالفم، ۲ = مخالفم، ۳ = نه مخالفم نه موافقم، ۴ = موافقم و ۵ = کاملاً موافقم تهیه شد. این پرسشنامه بر اساس تحلیل عاملی اکتشافی در ۵ عامل الگوهای ناکارآمد ارتباطی گویه‌های ۱، ۲، ۴، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۳، ۴۶، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۷۱، ۷۲ و ۷۸، عامل الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه گویه‌های ۳، ۵، ۶، ۲۲، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۴۴، ۴۵، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۶۳، ۶۴، ۷۳ و ۷۷، عامل نظام ارزشی زوجها با گویه‌های ۷، ۸، ۹، ۲۸، ۲۹، ۳۲، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۵۸، ۷۴ و ۷۹، عامل ذهنیت طحوراره‌ای با گویه‌های ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۳۰، ۳۱، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۵۳، ۵۴، ۵۹، ۶۰، ۶۲، ۷۰، ۷۵ و ۷۶ و عامل اثرات مخرب خانواده اصلی با گویه‌های ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۳۶، ۳۷، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۶۱ و ۶۹ شناسایی شدند که در مجموع ۳۵/۴۷

1 . Questionnaire Evaluation and Measurement Patterns and Premarital Damages

درصد از واریانس کل پرسشنامه بودند. پایایی پرسشنامه در عامل الگوهای ناکارآمد ارتباطی برابر با ۰/۹۲، عامل الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه برابر با ۰/۹۰، عامل نظام ارزشی زوجها برابر با ۰/۹۱، عامل ذهنیت طرحواره‌ای برابر با ۰/۸۹ و عامل اثرات مخرب خانواده اصلی نیز برابر با ۰/۸۷ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ به دست آمد. نتایج آزمون-بازآزمون با فاصله ۴۵ روز نشان داد که همبستگی خوبی بین عامل‌ها وجود دارد که نشان دهنده ثبات نمره‌ها در طول زمان است (رستمی و همکاران، ۱۳۹۸ ب). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب عامل‌ها برابر با ۰/۹۱، ۰/۹۳، ۰/۹۰، ۰/۹۰ و ۰/۸۹ به دست آمد.

۲. بسته آموزشی مبتنی بر مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع. این روش مداخله که به ۷ سؤال اساسی مشاوره ازدواج می‌پردازد توسط پارت و پارت (۲۰۱۶) تدوین و در پژوهش حاضر توسط ۴ متخصص رشته مشاوره ازدواج بررسی و تأیید محتوایی شد. این برنامه در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای در هفته دو بار در مورد گروه آزمایش به شرح زیر اجرا شد.

جلسه اول. پس از آشنایی آزمودنی‌ها با برنامه و جلسه‌های آموزشی، روش آموزش معرفی و اولین سؤال این برنامه «اسطوره‌های ازدواج» مطرح شد و چهار اسطوره مخرب و نادرستی که به ازدواج و زندگی مشترک آینده آسیب می‌رساند؛ مانند «ما انتظارات کاملاً یکسانی از ازدواج داریم»، «در رابطه زن و شوهری، تمام کارها بهبود خواهند یافت»، «در زندگی زناشویی آینده ما تمام چیزهای بد ناپدید خواهند شد» و «همسرم مرا کامل خواهد کرد» تعریف و بیان شد. پس از بحث در مورد این چهار اسطوره نادرست به بررسی «قواعد ناگفته» و «نقش‌های ناهشیار» به عنوان تکلیف کلاسی پرداخته شد و از آزمودنی‌ها خواسته شد ده قاعده شخصی خود و دستورالعمل انتخاب آگاهانه نقش‌ها را انجام دهند و پس اتمام با کاربرد نامزد خود جابجا کنند تا با ده قاعده شخصی و نقش‌های ناهشیار نامزد خود مطلع شوند. در انتها تمرین «از آرمانی‌سازی تا واقعی‌سازی ازدواج» انجام شد و از آزمودنی‌ها خواسته شد هر سه تمرین تا جلسه بعد استمرار داشته باشد.

جلسه دوم. در این جلسه دومین سؤال اساسی که مربوط به سبک عشق‌ورزی است پرداخته شد. در این جلسه با کالبدشناسی عشق از طریق «تمرین عشق» به نامزدها کمک شد تا تعریف روشن‌تری از گفتن «من عاشق تو هستم» داشته باشند. پس از آن به سه ضلع تمایل جنسی، صمیمیت و تعهد عشق‌ورزی اشرانبرگ پرداخته و در ادامه پنج مرحله عشق تشریح شد. در ادامه با تمرین «تغییر در سبک عشق‌ورزی» به آزمودنی‌ها کمک شد تا خود را برای تغییر سبک عشق‌ورزی در طول زندگی‌شان آماده کنند این تمرین به آن‌ها کمک کرد تا بتوانند به کاوش عمیقی در نحوه تغییر و تحول در عشق خود دست بزنند. از آزمودنی‌ها خواسته شد تا برای «ایجاد عشق پایدار و همیشگی»، «ایجاد صمیمیت» و «ایجاد تعهد» با گوش سوم بشنوند، پذیرش بی‌قید و شرط را تمرین کنند، بر اشتراکات تمرکز کنند، زمینه‌های معنوی

یکدیگر را با هم کاوش کنند، ارزش زیادی برای تعهد قائل شوند، با نیازهای همسر آینده‌شان برخورد مناسبی داشته باشند و به وعده‌هایی که به نامزدشان می‌دهند احترام بگذارد. پس از آن از آزمودنی‌ها خواسته شد تمرین «ایجاد صمیمیت» را انجام دهند به آن‌ها گفته شد این تمرین کمک می‌کند که مکنونات قلبی خود را آشکار کرده و حس صمیمیت را عمیق‌تر کنند.

جلسه سوم. سومین سؤال اساسی که در این جلسه مطرح شد، شاد بودن در ازدواج است. تمرکز این بخش بر خود آزمودنی‌ها بود تا بر ازدواجشان، به آزمودنی‌ها گفته شد ابتدا بررسی می‌کنیم که شما چگونه می‌توانید برنامه‌ای دقیق را برای با هم شاد بودن طراحی کنید و سپس نگرش‌های اساسی را که می‌توانند ازدواج شما را بهبود ببخشند و یا تخریب کنند معرفی می‌کنیم. سپس گفته شد ذهن خود را برای ازدواج شاد آماده کنید و خودگویی‌های مخرب و منفی ازدواجتان را شناسایی کنید و بدانید که انتخاب کردن نگرش‌ها کار ساده‌ای نیست؛ اما نگرش مثبت که راه را برای ازدواجی رضایتمند باز می‌کند مهارتی یادگرفتنی است. برای این کار از تمرین «توجه به خودگویی‌ها» استفاده شد تا آزمودنی‌ها با این تمرین توجه به خودگویی‌های خودشان و نامزدشان برای خو گرفتن به شادکامی کمک بگیرند. در ادامه بر نفوذ قدرت تفکر منفی بر نارضایتی با بهره‌گیری از تمرین «سازگاری با اموری که خارج از کنترل شما هستند» پرداخته شد به آن‌ها گفته شد فردی با نگرش‌های منفی، هر جا و با هر کسی زندگی کند، همان فرد است با همان نگرش، پس تعبیر و تفسیرهای منفی، موانعی دشوار بر سر راه شاد بودن ازدواج است. سپس خود تنبیهی، سرزنش و رنجش به عنوان عوامل مخرب یک ازدواج شاد مطرح و در ادامه از آزمودنی‌ها خواسته شد تا با تمرین «اجتناب از بازی خطرناک سرزنش کردن» به تصحیح نگرش‌های شخصی خود و نامزدشان کمک کنند.

جلسه چهارم. این جلسه به چهارمین سؤال درک و فهمیده شدن پرداخته است، این بخش به آزمودنی‌ها کمک می‌کند تا بهتر درک و فهمیده شوند. یکی از شرکت‌کنندگان در ابتدای جلسه بیان کرد که یکی از مشکلات ما «نحوه ارتباط» است به طوری که اکثراً به مشاجره و قهر کشیده می‌شود. در این جلسه با تأکید بر یادگیری ارتباط، به پایه‌ریزی مهارت‌های ارتباطی در مراحل ابتدایی ازدواج پرداخته شد و به این پرسش پاسخ داده شد که چرا اصولاً باید ارتباط مؤثر را آموخت؟ پس از بیان مطالب با تمرین «چگونه ارتباط خوبی برقرار کنید» به آزمودنی‌ها گفته شد با این دستورالعمل به شما و نامزدتان کمک می‌شود تا موانع بالقوه را پیش از اینکه شما را شکست دهد شناسایی و بر آن غلبه کنید. پس از آن به چهار سبک ارتباطی مختل مطیع، سرزنشگر، محاسبه‌گر و حواس‌پرت و گیج پرداخته شد. برای مثال در مورد سبک مطیع گفته شد این سبک فردی بله‌قربان‌گو، خودشیرین، حریص به آسایش و راحتی و دفاعی است و معمولاً این‌گونه می‌گوید «من مهم نیستم، هر چی خودت صلاح میدونی بهتره».

جلسه پنجم. پنجمین سؤال در این روش مربوط به تفاوت‌های جنسیتی است؛ مباحث این بخش به آزمودنی‌ها کمک کرد تا نامزدشان را به این دلیل که از جنسی دیگر است بهتر

بشناسند، به آن‌ها گفته شد که نامزدتان به این دلیل که از جنسی دیگر است، تفکرات، احساسات و رفتارهایش با شما به شکل دیگری عمل می‌کنند، اگر این تفاوت‌ها در نظر گرفته شوند می‌توانند به منبعی نیرومند از صمیمیت در ازدواج شما بدل شوند. در ادامه بر این واقعیت زنان با مردان متفاوت هستند تأکید می‌کنیم و بعد نشان می‌دهیم که زنان و مردان با وجود این تفاوت‌ها چگونه با هم ارتباط برقرار می‌کنند و می‌توانند با فردی از جنس متمایز زندگی کنند. در ادامه با اجرای تمرین «پرسشنامه همسران» به آزمودنی‌ها کمک می‌کنیم که ببینند چگونه پیش‌فرض‌های نقش جنسیتی بر تصمیم‌گیری و صمیمیت موجود در رابطه‌شان اثر می‌گذارد. در ادامه نیازهای هر مرد و زن را با استفاده از تمرین «بیش از ده نیاز شما» در جهت آگاهی از نیازهای متفاوت نامزدها مطرح شد. برای مثال در کلاس به مردان در جهت نیازهای زنان گفته شد چگونه می‌توانید نامزدتان را گرمی بدارید؟ دقت داشته باشید که باید هر چند وقت یکبار به او بگویید «دوستت دارم» و به زنان در جهت نیازهای مردان او را تحسین و از او قدردانی کنید.

جلسه ششم. این جلسه به ششمین سؤال مربوط به حل تعارض پرداخته؛ این جلسه به آزمودنی‌ها نشان می‌دهد که چگونه با تعارض روبرو شوند و در عین حال پرخاشگری را تا حد ممکن پایین بیاورند. این کار را با موضوعات متداولی آغاز کردیم که نامزدها معمولاً با آن‌ها مواجه هستند سپس تمرین «شناسایی موضوع‌های حساس» به نامزدها کمک کرد که مسائل دردآور بالقوه خود را بشناسد تا از طریق بحث و گفتگو در مورد این موضوع‌ها، بتوانند به گونه‌ای مؤثرتر با مشکلات پیش رو سازگار شوند. سپس به اشتباهات اساسی نامزدها در این دوران اشاره شد مانند نکوهش کردن، سرزنش کردن، جبهه‌گیری کردن، کناره‌گیری و قهر کردن. در ادامه بیان شد که تعریف شفافی از مسائل داشته باشند و احساسات خود را به وضوح شرح دهند و سپس گفته شد برای شناسایی منبع واقعی تعارض، باید این سؤالات را پیش خود مدنظر قرار دهید، «نزاع ما واقعاً بر سر چیست؟»، «منبع واقعی نارضایتی ما چیست؟». وقتی که این سؤالات را از خود نپرسید و جوابی برای آن نداشته باشید، نزاع به موضوع‌های دیگر نیز گسترش خواهد یافت همچنین متذکر شدیم در حین نزاع از توهین به یکدیگر خودداری کرده و به مسیرهای انحرافی نزاع هم کاری نداشته باشند. در انتها تمرین «در میان گذاردن آنچه که از نامزدتان دریغ کرده‌اید» به نامزدها کمک کرد که درباره مسائل مثبت و منفی موجود در رابطه‌شان گفتگویی مداوم داشته باشند.

جلسه هفتم. هفتمین و آخرین سؤال مربوط به درک عمیق و بعد معنوی به عنوان مهم‌ترین جنبه ازدواج سالم مورد بررسی قرار گرفت. این کار را با بررسی نیاز به صمیمیت معنوی آغاز و پس از آن به چگونگی پرورش روح ازدواج با استفاده از تمرین «سفر معنوی» پرداختیم. در این تمرین به نامزدها کمک شد تا بتوانند در تجارب معنوی یکدیگر سهیم شوند. سپس ابزارهایی خاص و ویژه را برای رسیدگی و پرورش روح ازدواج مطرح شد برای مثال تمرین «انجام

کارهای خیرخواهانه» به نامزدها کمک کرد تا شیوه‌های متنوع و متعدد خدمت‌رسانی را با هم کاوش کنند؛ تا با توجه به ابعاد معنوی ازدواج، زوجها را در ارتباط قوی با یکدیگر قرار داده تا بیاموزند که تا زمانی که این روح معنوی رشد کند، ازدواج به پیشرفت و بالندگی خود ادامه می‌دهد. در انتها تمرین «در احوال نامزدتان دقیق شوید» به نامزدها گفته شد همان‌گونه که انجام دعا و عبادت با همدیگر مهم است، دعا کردن برای یکدیگر نیز از ارزش و اهمیت بسیار زیادی برخوردار است؛ این تمرین شمار یاری خواهد کرد که برای نامزدتان دعای مرتبط و معنی‌داری داشته باشید.

جلسه هشتم، در این جلسه به مرور مطالب آموخته شده ۷ جلسه قبلی، مروری بر تکالیف صورت گرفته در حین جلسه‌ها و خارج از جلسات به همراه پرسش و پاسخ نامزدها پرداخته شد.

شیوه اجرا. پس از هماهنگی‌های لازم و کسب مجوز از معاونت فرهنگی و اجتماعی و رئیس مرکز مشاوره دانشگاه شهید بهشتی، اقدام به درج فراخوان جهت حضور دانشجویان نامزد در این طرح پژوهشی شد. درباره طرح پژوهش، محل برگزاری آن، اهداف پژوهش، تعداد جلسه‌ها، طول مدت هر جلسه و مسائل مطروحه در جلسه‌ها، رعایت اصول اخلاقی نظیر رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات توضیح داده شد و پس از جلب رضایت آزمودنی‌ها و ابراز تمایل آن‌ها برای شرکت در پژوهش رضایت‌نامه کتبی از هر ۲ گروه اخذ شد. دوره آموزشی در کلاس‌های خانه فرهنگ و دانشجو به صورت گروهی در روزهای یکشنبه و سه‌شنبه از ساعت ۱۶ الی ۱۷:۳۰ برگزار شد. گروه آزمایش به همراه گروه گواه در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و در مرحله پیگیری ۳ ماهه به پرسشنامه پژوهش پاسخ دادند. برای رعایت موازین اخلاقی پس از پایان پژوهش، گروه گواه نیز در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفتند. گروه آزمایش و گروه گواه هرکدام یک زوج (۲ نفر)، افت آزمودنی داشتند. داده‌ها با استفاده از آخرین نسخه بیست و چهارم نرم‌افزار اس. پی. اس. و به روش تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر تحلیل شد.

یافته‌ها

میانگین سنی و انحراف معیار گروه آزمایش در دختران ۲۳/۲۲ و ۱/۹۸ سال و پسران ۲۵/۸۸ و ۶/۱۱ سال بود و میانگین سنی و انحراف معیار گروه گواه در دختران ۲۳/۷۷ و ۳/۶۳ سال و پسران ۲۷/۵۵ و ۲/۱۸ سال بود. اشتغال به تحصیل ۲۰ درصد (۲ نفر) دختران و ۱۰ درصد (۱ نفر) پسران گروه آزمایش مقطع کارشناسی، ۶۰ درصد (۶ نفر) دختران و ۶۰ درصد (۶ نفر) از پسران در کارشناسی ارشد و ۲۰ درصد (۲ نفر) دختران و ۳۰ درصد (۳ نفر) از پسران در مقطع دکتری بود. اشتغال به تحصیل ۱۰ درصد (۱ نفر) دختران و ۱۰ درصد (۱ نفر) پسران گروه آزمایش در مقطع کارشناسی، ۷۰ درصد (۷ نفر) دختران و ۸۰ درصد (۸ نفر) از پسران در

کارشناسی ارشد و ۲۰ درصد (۲ نفر) دختران و ۱۰ درصد (۱ نفر) از پسران در مقطع دکتری بود. در گروه آزمایش ۲ زوج (۲۲/۲ درصد) از طریق همکلاسی بودن، ۴ زوج (۴۴/۴ درصد) از طریق فضای مجازی و ۳ زوج (۳۳/۴ درصد) از طریق خانواده و در گروه گواه ۴ زوج (۴۴/۴ درصد) با آشنایی از طریق همکلاسی بودن، ۱ زوج (۱۱/۲ درصد) از طریق فضای مجازی و ۴ زوج (۴۴/۴ درصد) از طریق خانواده نامزد شدند. میانگین و انحراف معیار طول مدت نامزدی گروه آزمایش ۸ ماه و میانگین طول مدت نامزدی گروه گواه ۱۰ ماه بود.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج سه مرحله در دو گروه

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
الگوهای ارتباطی	آزمایش گواه	۵۴/۲۲	۵/۲۸	۵۰/۰۵	۴/۳۰	۳/۷۸
الگوهای ناکارآمد	آزمایش گواه	۵۴/۸۸	۶/۴۱	۵۴/۳۸	۶/۵۹	۷/۲۵
مدیریت رابطه	آزمایش گواه	۵۸/۸۸	۳/۱۲	۵۳/۱۱	۴/۶۸	۶/۱۳
نظام ارزشی زوج‌ها	آزمایش گواه	۵۸/۶۱	۴/۱۶	۵۷/۴۴	۵/۶۱	۳/۷۸
ذهنیت طرحواره‌ای	آزمایش گواه	۳۳/۸۳	۳/۷۴	۳۷/۶۱	۴/۰۱	۵/۰۴
اثرات مخرب خانواده اصلی	آزمایش گواه	۳۴/۲۷	۳/۴۷	۳۴/۶۱	۴/۶۶	۳/۵۶
	آزمایش گواه	۶۱/۲۲	۵/۰۱	۵۴/۶۱	۴/۳۶	۴/۳۴
	آزمایش گواه	۵۹/۸۸	۴/۳۴	۶۰/۴۴	۸/۳۶	۵/۰۳
	آزمایش گواه	۳۳/۰۵	۲/۳۶	۳۱/۵۰	۳/۲۰	۲/۲۷
	آزمایش گواه	۳۳/۷۲	۳/۷۰	۳۴/۱۶	۳/۳۶	۲/۷۲

نتایج جدول ۱ نشان داد که در مرحله پس‌آزمون و پیگیری میانگین گروه آزمایش نسبت به پیش‌آزمون و گروه گواه در نمره‌های الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، ذهنیت طرحواره‌ای و اثرات مخرب خانواده اصلی کاهش و نظام ارزشی زوج‌ها در قیاس با گروه گواه افزایش داشته است.

جدول ۲. نتایج مفروضه‌های الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج در دو گروه (تعداد = ۱۸ زوج)

متغیر	گروه	کولموگراف-اسمیرنف	آزمون لوین	W موخلی	شیب رگرسیون	معناداری	
						Z	F
الگوهای ارتباطی	آزمایش گواه	۰/۲۰	۱/۱۷	۰/۳۱	۰/۹۷	۰/۶۲	۱/۹۳
الگوهای ناکارآمد	آزمایش گواه	۰/۲۰	۲/۴۹	۰/۰۹	۰/۸۷	۰/۱۰	۱/۱۰

						۰/۲۰	۰/۰۹	گواه	مدیریت رابطه
۰/۳۸	۰/۹۸	۰/۶۶	۰/۹۷	۰/۹۶	۰/۰۳	۰/۲۰	۰/۱۵	آزمایش	نظام ارزشی زوجها
						۰/۲۰	۰/۱۴	گواه	
۰/۶۱	۰/۴۹	۰/۸۴	۰/۹۹	۰/۴۴	۰/۸۱	۰/۱۲	۰/۱۸	آزمایش	ذهنیت طرحواره‌ای
						۰/۲۰	۰/۱۳	گواه	
۰/۱۴	۲/۲۱	۰/۰۵۷	۰/۸۴	۰/۰۷	۲/۷۶	۰/۰۸	۰/۲۳	آزمایش	اثرات مخرب خانواده
						۰/۲۰	۰/۱۱	گواه	اصلی

در جدول ۲ نتایج آزمون لوین همگنی واریانس‌های خطا را در دو گروه و نتایج آزمون موخلی نیز شکل کرومی ماتریس واریانس/کواریانس متغیر وابسته را نشان می‌دهد. نتایج آزمون کلموگراف-اسمیرنف معنادار نیست؛ بنابراین شرط توزیع طبیعی نمره‌ها رعایت شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس مختلط برای اثرات تعاملی و بین گروهی متغیرهای پژوهش

اندازه اثر	سطح معناداری	نسبت F	میانگین مجموع مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منابع تغییرات	
۰/۰۴	۰/۱۱	۱/۶۰	۴۹/۰۳	۲	۹۸/۰۷	مراحل مداخله	الگوهای ناکارآمد
۰/۰۴	۰/۱۲	۱/۵۵	۴۷/۳۷	۲	۹۴/۷۴	مراحل × گروه	ارتباطی
۰/۱۸	۰/۰۰۹	۷/۷۱**	۲۹۳/۳۷	۱	۲۹۳/۳۷	گروه	
۰/۱۷	۰/۰۰۱	۶/۹۶**	۱۴۴/۶۷	۲	۲۸۹/۳۵	مراحل مداخله	الگوهای ناکارآمد
۰/۰۷	۰/۱۰	۲/۶۹	۵۵/۸۹	۲	۱۱۱/۷۹	مراحل × گروه	مدیریت رابطه
۰/۱۶	۰/۰۱۳	۶/۹۱*	۱۷۸/۸۹	۱	۱۷۸/۸۹	گروه	
۰/۱۱	۰/۰۳۱	۴/۵۴*	۶۶/۰۳	۲	۱۳۲/۰۷	مراحل مداخله	نظام ارزشی زوجها
۰/۰۷	۰/۰۴۸	۲/۶۱*	۳۸/۰۳	۲	۷۶/۰۷	مراحل × گروه	
۰/۱۱	۰/۰۴۰	۴/۵۴*	۱۰۰/۱۴	۱	۱۰۰/۱۴	گروه	
۰/۱۰	۰/۰۳۳	۳/۸۰*	۱۱۱/۰۲	۲	۲۲۲/۰۵	مراحل مداخله	ذهنیت
۰/۱۰	۰/۰۱۰	۳/۹۰**	۱۱۳/۷۸	۲	۲۲۷/۵۷	مراحل × گروه	طرحواره‌های
۰/۱۱	۰/۰۴۰	۴/۴۹*	۱۲۴/۵۹	۱	۱۲۴/۵۹	گروه	
۰/۰۱	۰/۴۱	۰/۵۶	۵/۷۷	۲	۱۱/۵۵	مراحل مداخله	اثرات مخرب
۰/۰۲	۰/۲۳	۰/۸۹	۹/۱۴	۲	۱۸/۲۹	مراحل × گروه	خانواده اصلی
۰/۲۳	۰/۰۰۳	۱۰/۶۲**	۶۸/۴۸	۱	۶۸/۴۸	گروه	

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع بر نمره الگوهای ناکارآمد ارتباطی ($P = 0.009$) با اندازه اثر ۰/۱۸، نمره الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه ($P = 0.013$) با اندازه اثر ۰/۱۶، نظام ارزشی زوجها ($P = 0.040$) با اندازه اثر

۰/۱۱، نمره ذهنیت طرحواره‌ای ($P= ۰/۰۴۰$) با اندازه اثر ۰/۱۱ و بر نمره اثرات مخرب خانواده اصلی ($P= ۰/۰۰۳$) با اندازه اثر ۰/۲۳ مؤثر بوده است.

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

انتظار از ازدواج	مراحل	مقایسه سه مرحله در گروه	
		مقایسه سه مرحله در گروه آزمایش	مقایسه سه مرحله در گروه گواه
		میانگین‌ها (I-J)	میانگین‌ها (I-J)
الگوهای ناکارآمد	پس‌آزمون	۲/۳۳**	۱/۲۰
ارتباطی	پیگیری	۱/۲۲*	۱/۳۰
	پس‌آزمون	۱/۱۱	۱/۳۹
الگوهای ناکارآمد	پس‌آزمون	۳/۴۷**	۱/۰۶
مدیریت رابطه	پیگیری	۳/۴۶**	۰/۸۹
	پس‌آزمون	۰/۰۳	۱/۲۳
نظام ارزشی زوج‌ها	پس‌آزمون	۲/۰۵*	۰/۸۶
	پیگیری	۲/۵۵**	۰/۸۵
	پس‌آزمون	۰/۵۰	۰/۹۶
ذهنیت طرحواره‌ای	پس‌آزمون	۳/۰۵**	۱/۳۲
	پیگیری	۳/۰۲**	۱/۲۱
	پس‌آزمون	۰/۰۲	۱/۲۱
اثرات مخرب خانواده	پس‌آزمون	۲/۵۵**	۰/۸۸
اصلی	پیگیری	۲/۷۷**	۰/۷۴
	پس‌آزمون	۰/۲۲	۰/۶۱

* $P < ۰/۰۵$ ** $P < ۰/۰۱$

در جدول ۴ مقایسه سه مرحله در گروه‌های آزمایش و گواه نشان می‌دهد که تفاوت هر متغیر الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در قیاس با پیش‌آزمون، معنادار و این تأثیر تا مرحله پیگیری پایدار مانده است ($P=۰/۰۰۱$). در حالی که مقادیر مذکور در گروه گواه معنی‌دار نیستند ($P=۰/۷۸$).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع منجر به کاهش الگوها و آسیب‌های ازدواج در نامزدهای گروه آزمایش می‌شود. یافته‌های این پژوهش هم‌راستا با نتایج پژوهش رستمی و همکاران (۱۳۹۸ج)، میراحمدی و همکاران (۱۳۹۸) رستمی و قزل‌سفلو (۱۳۹۸)، رستمی و قزل‌سفلو (۱۳۹۷) و وایل (۲۰۱۲) شواهدی را در

مورد اثر بخشی آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع در اختیار می‌گذارد. طبق پژوهش وایل (۲۰۱۲) الگوهای ناکارآمد ارتباطی به معنای نبود پذیرش نظر مخالف، ناراحتی و تفسیر منفی از اختلاف‌نظرها، نداشتن الگوی مناسب ارتباطی، ضعف در برقراری ارتباط پویا و سالم است که با آموزش و ارتقاء مهارت‌ها پیش از ازدواج و یا در طول ازدواج قابل اصلاح است. در جلسه‌های آموزشی مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع تمرکز بیشتر بر علائم هشدار دهنده الگوهای ارتباطی در دوره نامزدی بود که این الگوهای ارتباطی اهمیت بسیار زیادی در تحکیم روابط دارند؛ به طوری که این علائم حیطة‌های وسیعی از جمله انتظارها و باورهای غلط درباره ازدواج و همسر آینده دارد. در این مدل آموزشی به نامزدها آگاهی داده شد که تمام مشکلات ازدواج تا اندازه‌ای تحت تأثیر مجموعه‌ی وسیعی از این تصورها نادرست در مورد ازدواج ایده‌آل است؛ در این مدل آموزش داده شد تا نامزدها با از بین بردن اسطوره‌های غلط و نادرست ازدواج خود؛ بتوانند با رها شدن از بند اسطوره‌ها و باورهای ناکارآمد، در دنیای واقعی ازدواج - با همه‌ی غم‌ها و شادی‌ها، دردها و شور و ذوق‌ها- قرار بگیرند (پاروت و پاروت، ۲۰۱۶).

این مدل آموزشی به افراد می‌آموزد که مدیریت کارآمد رابطه با همسر آینده می‌تواند بسیار پیچیده‌تر از همتایی یا نداشتن ناهمسانی با او باشد؛ به طوری که مدیریت کارآمد رابطه دربرگیرنده شیمی متقابل (داشتن جاذبه پرمایه برای همسر)، مکمل بودن (داشتن تفاوت)، مقایسه پذیری (داشتن همسانی در شیوه زندگی، ارزش‌ها و شخصیت) توانایی مدیریت تعارض (حل تعارض، حل مسئله، پذیرش انتقاد) است؛ اگر هر کدام از این چهار بعد نباشند مدیریت رابطه‌ی درست به خطر می‌افتد (میراحمدی و همکاران، ۱۳۹۸). در جلسه‌های آموزشی به بررسی هر یک از تله‌های مهم مطرح شده در طرحواره پرداخته شد تا هر یک از نامزدها با بررسی رویدادهای مهم زندگی خود بیشتر با تله‌های خود آشنا شوند. آشنایی با طرحواره‌ها برای هر یک از نامزدها نه تنها آموزش می‌دهد تا به ذهنیت بزرگسال سالم روی بیاورند بلکه آن‌ها را تشویق می‌کند تا از ظرفیت بزرگسال سالم خود، بخشی را به همسر خود نیز «عاریه بدهند». این کار به طرف مقابل کمک می‌کند تا راهی برای رهایی از تله‌های زندگی مشترکشان بیابد. در این مسیر، گام اول خاتمه دادن به نبرد بین ذهنیت‌ها «طرحواره‌ها» است. از بین دو نفر، فردی که زودتر متوجه شود که وارد مراحل اولیه‌ی یک نبرد ذهنیت با هم شده‌اند، می‌تواند با علائمی به نامزد خود اطلاع بدهد، چرخه را متوقف کند و برای پیشگیری از ادامه‌ی مشاجره پیشنهاد بدهد که به طور موقت از فضای موجود بیرون بروند. به این ترتیب، بزرگسال سالم، حتی اگر تنها محدود به یکی از دو نفر باشد، می‌تواند از مشاجره‌ها و اختلافات غیرضروری جلوگیری کند (سیمئونه - دیفرانسکو و همکاران، ۲۰۱۵).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که ساختار و محیط خانواده اصلی در تمایل و نگرش نسبت به ازدواج و نیز زندگی خانوادگی فرزندان نقش دارد؛ نظریه چند نسلی بوئن، ۱۹۸۲؛ عنوان می‌کند که افراد،

زیربنای رابطه‌ی بین‌فردی را در خانواده‌ی اصلی‌شان یاد می‌گیرند و مشکلات خانوادگی و زناشویی زوج‌ها ادامه‌ی مشکلات رابطه‌ای موجود در خانواده‌ی اصلی آن‌ها است (کپلر، ۲۰۱۵). مشکلات ناشی شده از خانواده‌ی اصلی مانند تعارض‌های بین فردی، به معنای متفاوت و شدت بیشتر در روابط برون خانوادگی تسلی می‌یابند و باورها، نگرش‌ها، رفتارها، عزت‌نفس و الگوهای تعاملی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهند (رستمی و قزلسفلو، ۱۳۹۸). به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مدل «تحکیم ازدواج پیش از شروع» با به چالش کشیدن باورهای منفی افراد، کاهش تعبیر و تفسیرهای منفی و سرزنش کردن خود و دیگران باعث ایجاد حس یکتایی و هدفمند بودن ازدواج را در افراد ایجاد کند. همچنین این مدل آموزشی نقش به‌سزایی در شفاف‌سازی و تعدیل باورها و انتظارات افراد از ازدواج داشته و موجب بالا رفتن توانمندی افراد در شناخت بهتر خود و قرار دادن آن‌ها در مسیر رشد می‌شود (رستمی و همکاران، ۱۳۹۸ ج).

این پژوهش یک مطالعه مقطعی است که تأثیرات این برنامه‌ها را تنها طی یک دوره سه ماهه مورد بررسی قرار داده است؛ بر این اساس پیشنهاد می‌شود جهت بررسی تأثیرات بلندمدت این برنامه آموزشی، پژوهش‌های طولی در مراحل پیش و پس از ازدواج جهت سنجش و ارتقاء مهارت‌ها حتی تا دو سال پس از ازدواج صورت گیرد. از دیگر محدودیت این پژوهش تنوع فرهنگی و قومی نامزدهای شرکت‌کننده در جلسه‌های آموزشی بود که با توجه به برنامه آموزشی در نظر گرفته شده که بر اساس فرهنگ غربی تنظیم شده است و قاعدتاً پاسخگوی همه نیازها جامعه گسترده و چند فرهنگی ما نیست؛ بنابراین ضمن رعایت جانب احتیاط در تعمیم‌دهی پیشنهاد می‌شود بسته آموزشی متناسب با گستردگی فرهنگی جامعه کنونی تنظیم شود. همچنین با توجه به اهمیت مسئله آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج در جوانان در آستانه ازدواج، پیشنهاد می‌شود آموزش پیش از ازدواج برای دانشجویان به صورت یک امر ضروری به صورت دروس اختیاری در نظام آموزش کشور مورد توجه قرار بگیرد. همچنین با توجه به نتایج به دست آمده از این پژوهش پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابه به صورت متداوم روی گروه‌های گوناگون و در فرهنگ‌های دیگر و قومیت‌های دیگر انجام شود.

موازن اخلاقی

در این پژوهش موازن اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط بیماران مبتلا به دیابت و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد. پس از اتمام مراحل پژوهش جلسه‌های آموزشی در ۸ جلسه برای گروه گواه اجرا شد.

سپاسگزاری

از همه شرکت‌کنندگان در پژوهش و همه کسانی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود که در تاریخ ۱۳۹۷/۰۶/۲۰ توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران به شماره نامه ۹۷/۱۳۴۸ به تصویب رسیده است و همه نویسندگان در طراحی، مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، گردآوری و تحلیل آماری داده‌ها، پیش‌نویس و نهایی سازی نقش یکسانی داشتند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- اسدی شیشه‌گران، سارا، قمری کیوی، حسین، و شیخ‌الاسلامی، علی. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سبک‌های حل تعارض سازنده و غیر سازنده نامزدها. *مشاوره کاربردی*، ۱(۶): ۷۷-۸۸
- اسمعیلی، معصومه، و دهدست، کوثر. (۱۳۹۳). ارائه طرحی مفهومی از رابطه تعارض‌های دوران نامزدی (پیش از ازدواج) با رضایت زناشویی (پس از ازدواج). *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۲): ۴۴۵-۴۰۵
- افشار کهن، جواد، و رضائیان، محمود. (۱۳۹۷). مقایسه بین نسلی رابطه نظام ارزشی افراد و نگرش به پایداری خانواده. *مجله جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی*، ۵(۱۲): ۳۲۶-۲۹۳
- بخشایش، علیرضا، و مرتضوی، مهناز. (۱۳۸۸). رابطه رضایت جنسی، سلامت عمومی و رضایت زناشویی در زوج‌ها. *روان‌شناسی کاربردی*، ۳(۴ پیاپی ۱۲): ۸۵-۷۳
- پاشیب، ملیحه، سیدمحرمی، ایمان، محمدی، سمیه، و تاتاری، مریم. (۱۳۹۵). تأثیر مشاوره پیش از ازدواج بر انتظار ازدواج در بین دانشجویان علوم پزشکی. *طنین سلامت*، ۴(۴): ۱۵-۱۰
- جعفرزاده، ز. (۱۳۹۴). بررسی تأثیر مدل SYMBIS بر کاهش تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مداخله در بحران شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد خوراسگان.
- خادمی، علی، ولی پور، مریم، مرادزاده خراسانی، لاله، و نیشابوری، سیمین. (۱۳۹۳). رابطه ویژگی‌های شخصیتی با رضایت زناشویی و مؤلفه‌های آن در ازدواج. *روان‌شناسی کاربردی*، ۸(پایه ۳۲): ۹۵-۱۰۹
- ستوده، هدایت‌الله، و بهاری، سیفالله. (۱۳۹۵). *آسیب‌شناسی خانواده*. تهران: نشر ندای آریانا

شاهمرادی، سمیه، اعتمادی، عذرا، بهرامی، فاطمه، فاتحی‌زاده، مریم السادات، و احمدی، سیداحمد. (۱۳۹۵). مدل عامل مؤثر بر چرخه‌ی ارتباطی زوجی درخواست-کناره‌گیری. *مجله مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱(۶ پیاپی): ۳۵-۵۶

رستمی، مهدی، نوابی نژاد، شکوه، و فرزاد، ولی‌الله. (۱۳۹۸ الف). آسیب‌شناسی مشکلات زوجین در مرحله نامزدی: یک مطالعه کیفی. *روان‌شناسی خانواده*، ۶(۱): ۵۵-۶۸

رستمی، مهدی، نوابی نژاد، شکوه، و فرزاد، ولی‌الله. (۱۳۹۸ ب). ساخت، رواسازی و اعتبارسنجی پرسشنامه‌ای برای سنجش الگوها و آسیب‌های ازدواج. *روان‌شناسی کاربردی*، ۳(۵۱): ۴۵۳-۴۷۳

رستمی، مهدی، نوابی نژاد، شکوه، و فرزاد، ولی‌الله. (۱۳۹۸ ج). *آسیب‌شناسی مشکلات زوج‌های در مرحله نامزدی و تدین بسته مشاوره پیش از ازدواج بومی و مقایسه تأثیر آن با آموزش پیش از ازدواج مدل مبتنی بر SYMBIS بر مشکلات زوج‌های نامزد*. رساله دکتری، رشته مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران.

رستمی، مهدی، و قزل‌سفلو، مهدی. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج گاتمن و آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس بر الگوها و آسیب‌های زوجین نامزد قوم ترکمن. طرح پژوهشی مصوب دانشگاه گنبد کاووس، (چاپ نشده).

رستمی، مهدی، و قزل‌سفلو، مهدی. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس بر باورهای ارتباطی زوجین نامزد. *روان‌شناسی خانواده*، ۵(۱): ۴۵-۵۶

صفایی، سیدحسین، و امامی، اسدالله. (۱۳۹۶). *مختصر حقوق خانواده*. تهران: نشر میزان

مرادی، محمد، ضیغمی، رضا، محمدی، سعید، و ساریچلو، محمد ابراهیم. (۱۳۹۲). وضعیت روانی زوج‌های مراجعه‌کننده به کلاس‌های پیش از ازدواج. *روان‌پرستاری*، ۱(۳): ۲۶-۱۹

میراحمدی، سیده لیلا؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ اعتمادی، عذرا؛ جزایری، رضوان السادات؛ پسندیده، عباس. (۱۳۹۸). بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر SYMBIS بر انتظارات ازدواج و باورهای مربوط به انتخاب همسر دختران مجرد. *خانواده پژوهی*، ۱۵(۵۷): ۲۴-۷

نوروزی، سوده، رضاخانی، سیمین دخت، و وکیلی، پریش. (۱۳۹۸). رابطه علی بین چشم‌انداز زمان و بی‌ثباتی ازدواج بر اساس نقش میانجیگر الگوهای ارتباطی. *روان‌شناسی کاربردی*، ۱۳(۳ پیاپی): ۴۳۳-۴۵۱

References

- Asa, U. A. & Nkan, V. V. (2017). Factors associated with marital instability among Rural farming households in Akwa Ibom State, Nigeria. *European Scientific Journal*, 13(15): 290-299
- Borowski S. C., & Tambling R. B. (2015). Applying the health belief model to young individuals' beliefs and preferences about premarital counseling. *The Family Journal*, 23(4): 221-236
- Boyce, Ch., Wood, A.M., & Ferguson, E. (2016). For better or for worse: The moderating effects of personality on the marriage-life satisfaction link. *Personality and Individual Differences*, 97(4): 61-66
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2015). *10 Principles for Doing Effective Couples Therapy* (Norton Series on Interpersonal Neurobiology). New York: Norton. Pp: 38-57.

- Kepler, A. (2015). *Marital satisfaction: The impact of premarital and couples counseling*. Master of Social Work Clinical Research Papers. St Catharine's College, Cambridge.
- Helms, S. W., Sullivan, T. M., Corona, R., & Taylor, K. A. (2013). Adolescent's recognition of potential positive and negative outcomes in risky dating situations. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(15): 3084- 3106
- Moeti, B., Koloï-Keaikitse, S., & Mokgolodi, H.L. (2017). Married Women's Lived Experiences on the Value of Traditional Premarital Counseling "Go Laya" on Marital Stability in Botswana. *The Family Journal*, 25(3): 117-135
- Muraru, A. A., & Turliuc, M. N. (2012). Family-of-origin, romantic attachment, and marital adjustment: a path analysis model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33: 90-94
- Riles, G. (2016). *Premarital vs. no premarital counseling: Determining marital satisfaction relationships in African American marriages*. Capella University, ProQuest Dissertations Publishing, 10076346.
- Parrott L, & Parrott L. (2016). *Saving Your Marriage Before It Starts (SYMBIS): Seven Questions to Ask Before -- and After -- You Marry*. Publisher: Zondervan; New, Expanded edition, 6-109.
- Simeone-DiFrancesco C., Roediger E., & Stevens B.A. (2015). *Schema Therapy with Couples a Practitioner's Guide to Healing Relationships*. John Wiley & Sons, Ltd
- Vail, S. H. (2012). Reducing the divorce rate among Christians in America: Premarital counseling a prerequisite for marriage. *Liberty University School of Divinity*.
- Weiss, J. M. (2014). *Marital preparation, experiences, and personal qualities in a qualitative study of individuals in great marriages*. Master Dissertation in Family, Consumer, and Human Development. Utah State University

پرسشنامه ارزیابی و سنجش الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج

ردیف	سؤال	کاملاً موافقم	موافقم	نه مخالف نه موافق	مخالفم	کاملاً مخالفم
۱	من و نامزد من احساس می‌کنیم که یکدیگر را در موقعیت‌های مختلف درک می‌کنیم	۱	۲	۳	۴	۵
۲	در مورد ترس‌ها و دل‌نگرانی‌هایم با نامزد من صحبت می‌کنم	۱	۲	۳	۴	۵
۳	از نحوه تصمیم‌گیری‌ها در مورد چگونگی حل و فصل اختلافات بسیار خوشنود هستم	۱	۲	۳	۴	۵
۴	من عشقم را به نامزد من نشان می‌دهم و به او می‌گویم که «دوستت دارم».	۱	۲	۳	۴	۵
۵	در تکالیفی که باید انجام شوند، به اندازه برابر کمک می‌کنم	۱	۲	۳	۴	۵
۶	علاقه‌مندم که زمانی را با دوستان مشترکمان بگذرانیم.	۱	۲	۳	۴	۵
۷	مذهب به انسان کمک می‌کند که توازن و ثبات را در رفتار خویش حفظ کند	۱	۲	۳	۴	۵
۸	برای ازدواج همسری را ترجیح می‌دهم که همشهری من باشد؛ زیرا برای من مهم است که در زندگی زناشویی درگیر فرهنگ‌های ناآشنای اقوام دیگر نشوم	۱	۲	۳	۴	۵
۹	نسبت به آداب و رسوم و آئین‌های ازدواج فرهنگ خانواده خود و فرهنگ نامزد من آگاهی دارم و به آن احترام می‌گذارم	۱	۲	۳	۴	۵
۱۰	تا چه میزان اصرار دارید در تصمیم‌گیری‌های بزرگ و کوچک زندگی استقلال رأی داشته باشید و بر وفق مراد خود عمل کنید	۱	۲	۳	۴	۵
۱۱	به‌طور کلی، کسی نبوده که به من عاطفه محبت و صداقت نشان دهد	۱	۲	۳	۴	۵

۱۲	۱	۲	۳	۴	۵	به نظر دیگران من خیلی خودم را وقف دیگران می‌کنم و به خودم نمی‌رسم
۱۳	۵	۴	۳	۲	۱	هرگاه سعی می‌کنم نقش خودم را در یک مشکل تحلیل کنم گیج می‌شوم
۱۴	۱	۲	۳	۴	۵	اگر لازم باشد، می‌توانم با تأمل و تفکر درباره خودم به‌وضوح احساسات و عقایدی را که زیربنای رفتارهای گذشته‌ام بوده‌اند درک نمایم.
۱۵	۱	۲	۳	۴	۵	در خانواده من اختلافات و کشمکش‌ها هرگز حل نمی‌شد
۱۶	۱	۲	۳	۴	۵	در خانواده ما بیان بعضی احساس‌ها (بغل کرد، ابراز علاقه) مجاز نبود
۱۷	۱	۲	۳	۴	۵	اعضای خانواده‌ام اکثر نظرات و احساس‌های مرا نادیده می‌گرفتند و انتقاد می‌کردند
۱۸	۱	۲	۳	۴	۵	من و نامزدم احساساتمان را نسبت به یکدیگر ابراز می‌کنیم
۱۹	۱	۲	۳	۴	۵	از میزان ابراز عشق و محبت از سوی نامزدم راضی هستم
۲۰	۵	۴	۳	۲	۱	من در مورد وقایع آینده با نامزدم صحبت می‌کنم از قبیل نحوه و زمان برگزاری مراسم ازدواج، انتخاب محل سکونت، بچه‌دار شدن، برنامه‌های تفریحی و...
۲۱	۱	۲	۳	۴	۵	هیچ‌یک از ما (من و نامزدم) بعد از بحث و گفتگو به‌جایی نمی‌رسیم
۲۲	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی که اشتباهی می‌کنم بدون اینکه دنبال مقصر بگردم، اشتباهم را می‌پذیرم
۲۳	۱	۲	۳	۴	۵	به نامزدم تأکید می‌کنم که به او متعهد هستم.
۲۴	۱	۲	۳	۴	۵	من از وظایفم شانه خالی نمی‌کنم
۲۵	۵	۴	۳	۲	۱	در برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری‌های مالی مشکل داریم
۲۶	۱	۲	۳	۴	۵	من برای دوستان و بستگان مشترکمان اهمیت قائلم.
۲۷	۱	۲	۳	۴	۵	من و نامزدم نسبت به حریم‌های خصوصی یکدیگر احترام متقابل قائلم
۲۸	۵	۴	۳	۲	۱	انسان باید قلبش پاک باشد انجام فرایض مذهبی شرط نیست
۲۹	۱	۲	۳	۴	۵	اگر نقاط ضعف نامزدم را به او یادآوری کنم او را تغییر خواهد داد
۳۰	۱	۲	۳	۴	۵	تا چه میزان تمایل دارید آنچه را که می‌خواهید بدون توجه به دخالت‌ها و فشارهای نامزدتان حتماً انجام رسانید
۳۱	۱	۲	۳	۴	۵	تا چه اندازه به دنبال اوقات سرگرم‌کننده و موقعیت‌های شادی‌بخش از قبیل جشن‌ها، مهمانی‌ها، مراسم سرگرم‌کننده و بازی و ... هستید
۳۲	۱	۲	۳	۴	۵	نامزدم باید همیشه من را خوشحال کند و همیشه شاد و بشاش و شوخ‌طبع باشد
۳۳	۱	۲	۳	۴	۵	برایم مهم است پیش از ازدواج با کسب تجربیات به درک کامل‌تری از خودم نائل شوم
۳۴	۱	۲	۳	۴	۵	احساساتم را برای خودم نگه می‌دارم و آن‌ها را ابراز نمی‌کنم.
۳۵	۱	۲	۳	۴	۵	قادر نیستم از والدینم جدا شوم، کاری که تمام هم سن و سال‌هایم انجام می‌دهند
۳۶	۱	۲	۳	۴	۵	اعضای خانواده من به‌ندرت مسئولیت رفتار خود را قبول می‌کردند
۳۷	۱	۲	۳	۴	۵	خانواده‌ام تهدید می‌کنند اگر طبق میل آن‌ها رفتار نکنم دست از حمایتم برمی‌دارند
۳۸	۱	۲	۳	۴	۵	من به افراد نزدیک خودم خیلی وابسته‌ام چون می‌ترسم مرا ترک کنند.
۳۹	۱	۲	۳	۴	۵	مسائلی مثل پس‌انداز، مخارج زندگی و ازدواج، تهیه مسکن، آینده شغلی و... تا چه اندازه ذهن شما را به خود مشغول کرده است
۴۰	۱	۲	۳	۴	۵	چه مقدار نیاز دارید که نامزدتان شما را پذیرفته و دوستتان بدارد
۴۱	۱	۲	۳	۴	۵	من انتظار ندارم که نامزدم آن‌گونه که من دوست دارم، بتواند خودش را عوض کند
۴۲	۱	۲	۳	۴	۵	برای من مهم است که آداب‌ورسوم ازدواج (مراسم‌ها، مهریه، جهیزیه و ...) را بجا آورم. من معتقدم که پایبندی به سنت‌های ازدواج در پایداری زندگی زناشویی مؤثر است.
۴۳	۱	۲	۳	۴	۵	اعتقادات دینی آرامش روانی ایجاد می‌کند
۴۴	۱	۲	۳	۴	۵	از نظر اخلاقی صحیح نیست که وارد حریم خصوصی یکدیگر شویم
۴۵	۱	۲	۳	۴	۵	من و نامزدم در خصوص چگونگی تقسیم وظایف، نحوه همکاری و برنامه‌ریزی برای زندگی مشترکمان توافق داریم و کارهایی را که باید انجام دهیم را عادلانه تقسیم کنیم

۴۶	به نامزد نشان می‌دهم که چقدر برای من اهمیت دارد.	۱	۲	۳	۴	۵
۴۷	من مسئولیت‌های مربوط به منزل را انجام می‌دهم	۱	۲	۳	۴	۵
۴۸	من باید از تمام گذشته نامزدم خیر داشته باشم	۵	۴	۳	۲	۱
۴۹	گاهی اوقات فکر می‌کنم کشمکش‌های بین من و نامزدم پایانی ندارد	۵	۴	۳	۲	۱
۵۰	خانواده‌ام بیش از حد امر و نهی می‌کنند و جای من تصمیم می‌گیرند	۱	۲	۳	۴	۵
۵۱	جو خانواده‌ام منفی و سرد بود	۱	۲	۳	۴	۵
۵۲	خانواده ما معتقد بود که سایر مردم معمولاً از ما سوءاستفاده می‌کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۵۳	زمانی که افکار و احساسات در درونم جاری می‌شوند، اغلب به آن‌ها آگاهی ندارم و صرفاً بعداً متوجه می‌شوم احتمالاً در حال تجربه چه حالتی بوده‌ام.	۵	۴	۳	۲	۱
۵۴	نسبت به انگیزه‌های دیگران سوءظن شدید دارم	۱	۲	۳	۴	۵
۵۵	من و نامزدم سعی می‌کنیم در مورد مشکلات ایجاد شده بحث و گفتگو کنیم	۵	۴	۳	۲	۱
۵۶	ترجیح می‌دهم نامزدم مرا ترک کند تا اینکه بفهمد من واقعاً کی هستم	۵	۴	۳	۲	۱
۵۷	ترجیح می‌دهم نامزدم به جای اینکه کامل بشناسد، ذهنیت مثبتی نسبت داشته باشد	۵	۴	۳	۲	۱
۵۸	نامزدم باید نیازهای مرا در همه مسائل زندگی برآورده کند	۱	۲	۳	۴	۵
۵۹	احساس می‌کنم نمی‌توانم به تنهایی از پس کارهای زندگی روزمره‌ام بربیایم	۱	۲	۳	۴	۵
۶۰	اغلب فکر می‌کنم چیزی را که من تجربه کرده‌ام در مقایسه با چیزهایی که دیگران تجربه کرده‌اند به مراتب بدتر است.	۱	۲	۳	۴	۵
۶۱	در خانواده ما کسی به احساسات سایر اعضای خانواده اعتنایی نمی‌کرد	۱	۲	۳	۴	۵
۶۲	با تفکر عمیق درباره خودم، کشف کرده‌ام واقعاً در زندگی چه می‌خواهم و چطور به آن برسم	۱	۲	۳	۴	۵
۶۳	از نحوه ایفای نقش و مسئولیت خود و همسرم راضی نیستم	۵	۴	۳	۲	۱
۶۴	وقتی نامزدم سعی می‌کند بحثی را شروع کند، من سعی می‌کنم اجتناب کنم	۵	۴	۳	۲	۱
۶۵	به سؤالات نامزدم در مورد خودم، صادقانه و کامل جواب می‌دهم	۱	۲	۳	۴	۵
۶۶	من معتقدم که احترام متقابل، کمک به یکدیگر و علائق مشترک زن و شوهر، از مهم‌ترین عوامل موفقیت در زندگی زناشویی است.	۱	۲	۳	۴	۵
۶۷	روابطم با نامزدم رضایت‌بخش نیست و احساس می‌کنم وی مرا درک نمی‌کند	۱	۲	۳	۴	۵
۶۸	وقتی با نامزدم راجع به مسائل جدی رابطه‌مان حرف می‌زنم حس می‌کنم دارم نقش بازی می‌کنم و واقعاً خودم نیستم	۱	۲	۳	۴	۵
۶۹	بیان نظراتم در خانواده سخت و دشوار بود	۱	۲	۳	۴	۵
۷۰	من هیجانانگیز را با تغییر شیوهی تفکر با توجه به موقعیت‌م کنترل می‌کنم	۵	۴	۳	۲	۱
۷۱	من دوست دارم گفتگوهای مکرری درباره رابطه‌مان داشته باشیم	۵	۴	۳	۲	۱
۷۲	من به صحبت‌های نامزدم گوش می‌دهم و تلاش می‌کنم قضاوت نکنم	۵	۴	۳	۲	۱
۷۳	گاهی اوقات درباره مسائل جزئی، جروبحث‌های جدی داریم	۵	۴	۳	۲	۱
۷۴	من و نامزدم به خاطر اعتقادات مذهبی‌مان احساس محدودیت می‌کنیم	۵	۴	۳	۲	۱
۷۵	وقتی با یک موقعیت پراسترس روبرو می‌شوم، خودم را وا می‌دارم به شکلی درباره آن فکر نمایم که کمک‌کننده‌ام را حفظ کنم.	۵	۴	۳	۲	۱
۷۶	مایلم که پیوستگی با والدین خود را، مانند شرایط پیش از ازدواج ادامه دهم	۱	۲	۳	۴	۵
۷۷	بعد از بحث و مشاجره نامزدم سعی می‌کند که آشتی کند انگار که هیچ اتفاقی نیفتاده است	۵	۴	۳	۲	۱
۷۸	نمی‌توانم بپذیرم که نامزدم با من موافق نیست	۱	۲	۳	۴	۵
۷۹	برای ازدواج همسری را ترجیح می‌دهم که مؤمن باشد؛ زیرا برای من مهم است که اعتقادات مذهبی بر زندگی زناشویی من حاکم باشد	۱	۲	۳	۴	۵

The effectiveness of premarital skills training model Saving Your Marriage Before It Starts (SYMBIS) on patterns and damages of engagement couples

*Mehdi. Rostami*¹, *Shokoh. Navabinejad*² & *Valiallah. Farzad*³

Abstract

Aim: The purpose of this study was to determine the effectiveness of premarital skills training model on saving your marriage before It Starts (SYMBIS) on patterns and damages of engagement couples. **Method:** The research method was quasi-experimental with experimental group and control group, pre-test, post-test and three-month follow-up and the statistical population was 44 couples referring to Shahid Beheshti University Counseling Center in 2018. From this community, 20 couples were selected by purposeful sampling and randomly assigned 10 couples in each of the two experimental and control groups. The research instrument was a Questionnaire Evaluation and Measurement Patterns and premarital damages Rostami, Navabi Nejad and Farzad's (2019) as well as a premarital skills training program based-model on SYMBIS Parrott and Parrott (2016). Data were analyzed using repeated measures analysis of variance. **Results:** Results show the effect of pre-marriage skills training based-model on Symbis on dysfunctional communication patterns ($F= 7.7, P= 0.009$), ineffective relationship management patterns ($F= 6.91, P= 0.013$), improving couples' value system ($F= 4.54, P= 0.040$), Schema mentality ($F= 4.49, P= 0.040$), and damaging effects of the core family ($F= 10.62, P= 0.003$) and This effect was sustained at the follow-up stage. **Conclusion:** Since teaching marriage consolidation model on saving your marriage before It Starts to identifying dysfunctional communication patterns and modifying these patterns and increasing relationship management skills, it can be used to improve patterns and reduce marital harm.

Keywords: couples, damages, engagement, patterns, premarital

1. **Corresponding Author:** Department of Counseling and Psychology, Iran-Mehr Center for Social Studies and Research, Tehran, Iran

Email: dr.me.rostami@iranmehr.ac.ir

2 . Professor, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran

3 . Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran